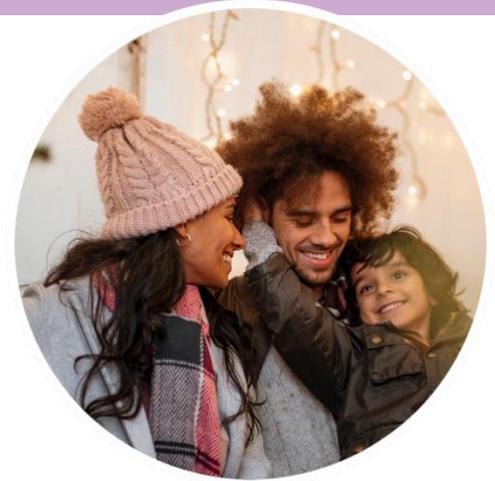


Contagie alegría, No COVID

Consejos para protegerse y proteger a los demás en esta temporada navideña

Vacúnese y póngase el refuerzo si es elegible

Las vacunas son la mejor manera de ponerle fin a la pandemia, además de que sirven para prevenir la enfermedad, hospitalización y muerte a causa de COVID-19. Son seguras, efectivas y gratis. [Obtenga más información sobre las vacunas COVID-19](#) y visite MyTurn.ca.gov para vacunarse.



Quédese en casa si se está enfermo

Cualquier persona que se sienta enferma, incluso con [síntomas](#) leves (dolor de garganta, tos, estornudos), debe quedarse en casa, aislarse de los demás y hacerse una prueba. Descargue nuestra [hoja de datos de prueba](#) y lea nuestra [guía de pruebas](#).

Hágase una prueba antes y después de viajar o de ir a una reunión para las fiestas

Antes de partir. Hágase una prueba de 1 a 3 días antes de una reunión familiar o antes de cualquier viaje, incluso si no tiene síntomas. La prueba de antígeno debe realizarse 24 horas antes de una reunión o viaje. La prueba PCR debe realizarse dentro de las 72 horas, con los resultados disponibles antes de una reunión o un viaje. No tendrá que pagar por la prueba. Visite un [sitio estatal de pruebas](#) o llame al (833) 422-4255. Obtenga más información sobre los [tipos de pruebas de COVID](#).

Al regresar. Hágase una prueba al regresar de las fiestas, y hágalo nuevamente de 3 a 5 días después.

También considere lo siguiente:

- Tome precauciones si algunos miembros de su grupo no están vacunados (por ejemplo, utilice mascarillas, socialice al aire libre, mantenga las reuniones cortas).
- Asegúrese de utilizar una buena mascarilla, que le quede bien ajustada. Las mascarillas quirúrgicas, N95 y KN95 hacen un mejor trabajo al filtrar los virus y las partículas.
- Reúnase al aire libre o aumente el flujo de aire en los espacios cerrados. Lea nuestra [hoja de datos de ventilación](#).
- [Active CA Notify](#) (el sistema de notificación de exposición COVID-19 de California) en su teléfono inteligente. Pídales a sus invitados que hagan lo mismo.



Escanee el código QR para ver los enlaces interactivos en este folleto.

